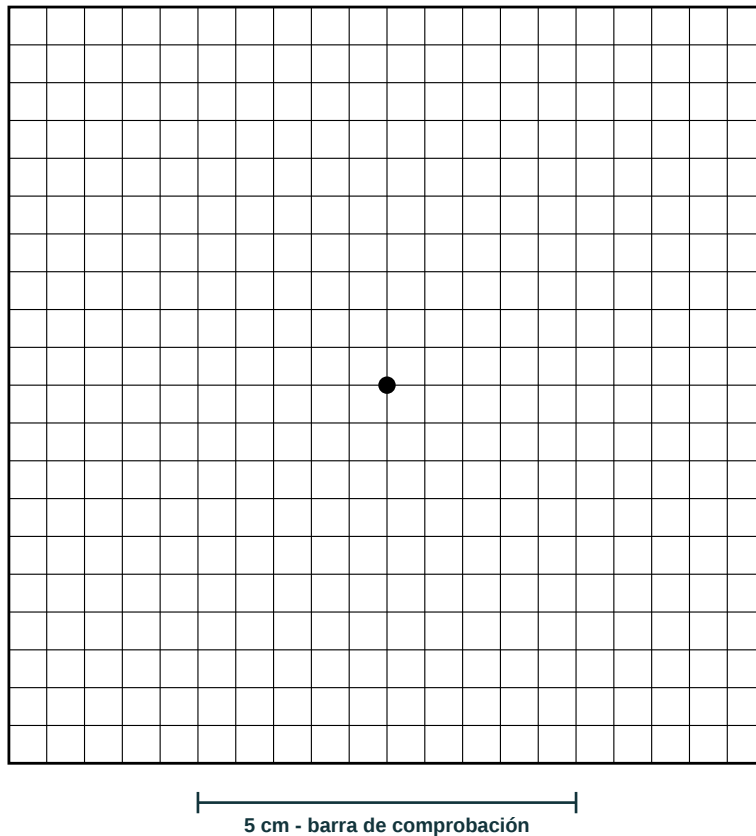


AUTOCONTROL ORIENTATIVO DE LA VISIÓN CENTRAL

Rejilla de Amsler

Examine cada ojo por separado y mantenga la mirada en el punto central.



Cómo utilizarla

- Imprima este documento a escala 100 %, sin seleccionar 'ajustar a página'.
- Compruebe con una regla que la barra superior mide 5 cm y el cuadrado 10 cm.
- Utilice sus gafas habituales de lectura y sitúese con buena iluminación.
- Coloque la rejilla aproximadamente a 30 cm y cubra un ojo sin presionarlo.
- Mire el punto central. Sin mover la mirada, observe las líneas y cualquier zona ausente.
- Repita con el otro ojo y anote cualquier cambio respecto a controles anteriores.

Esta rejilla no diagnostica ni descarta una enfermedad ocular.

Si observa una distorsión nueva, líneas onduladas, una mancha central o una disminución rápida de visión, solicite valoración urgente a su oftalmólogo, servicio de retina o profesional sanitario de referencia.